

소셜네트워크서비스를 이용하는 대학생들의 스마트폰 중독과 대인관계능력의 관계

Relation between Smartphone Addiction and Interpersonal Competence of College Students using Social Network Service

박순주*, 권민아**, 백민주***, 한나라***
을지대학교 간호대학*, 강남성심병원**, 세브란스병원***

Soonjoo Park(sjpark@eulji.ac.kr)*, Min-A Kwon(tin218@naver.com)**,
Min-Ju Baek(b.minju211@gmail.com)***, Na-Ra Han(tataburu91@gmail.com)***

요약

본 연구는 스마트폰을 통해 소셜네트워크서비스(SNS)를 이용하는 대학생들의 스마트폰 중독정도와 대인관계능력간의 관계를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다. 연구대상자는 전국 6개 지역 대학에 재학 중인 대학생 502명이며, 2012년 5월부터 6월 사이에 성인 스마트폰 중독 자가진단척도와 대인관계능력 검사지를 이용하여 자료를 수집하였다. 자료분석은 기술통계와 χ^2 -test, t-test, ANOVA, Pearson correlation coefficient를 이용하였다. SNS 이용자의 스마트폰 중독정도는 중독군이 24.8%, 일반군이 75.2%였다. SNS 이용자 가운데 스마트폰 중독집단과 일반집단의 대인관계능력은 차이가 없었으나, 하위영역 중 자기노출 능력은 중독집단이 일반집단보다 더 높게 나타났다. 그리고 스마트폰 중독 하위영역 중 가상세계지향성이 높을수록 대인관계능력이 낮았고, 스마트폰 중독정도가 높을수록 대인관계능력 하위영역 중 대인갈등 다루기 능력이 낮게 나타났다. 본 연구 결과는 대학생들의 스마트폰 중독예방 및 대인관계능력 증진을 위한 프로그램 개발에 활용될 수 있을 것이다.

■ 중심어 : | 스마트폰 | 중독 | 대인관계능력 | 소셜네트워크서비스 |

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relation between smartphone addiction and interpersonal competence of college students using social network service(SNS) through smartphones. This study used a descriptive study design. The convenience sample consisted of 502 college students in six cities. The data were collected from May to June in 2012 using Korean Smartphone Addiction Proneness Scale and Interpersonal Competence Questionnaire. Descriptive statistics, χ^2 -test, t-test, analysis of variance, and Pearson correlation coefficient were used to analyze the data. The results showed that 24.8% of SNS users were considered as a risk group, while 75.2% were normal user group. There were no significant differences of interpersonal competence between risk group and normal user group in the SNS users. However, risk group had higher self-disclosure scores than normal user group. The subjects who had higher scores for virtual life, one of smartphone addiction subdomains, had lower interpersonal competence and those with higher smartphone addiction scores showed lower score of managing interpersonal conflict in subdomains of interpersonal competence. These findings would contribute in development of preventive interventions for smartphone addiction and improvement program for interpersonal competence in college students.

■ keyword : | Smartphone | Addiction | Interpersonal Competence | Social Network Service |

I. 서론

1. 연구 필요성

스마트폰 기기의 발전과 언제 어디서나 인터넷에 접속할 수 있는 유비쿼터스 네트워크 환경이 조성되면서 스마트폰 보급이 급속히 증가하고 있다. 또한 다양한 애플리케이션이 개발 되면서 스마트폰의 활용 범위도 일상생활의 전 분야로 확장되고 있다. 스마트폰은 신속한 정보전달, 영화나 게임과 같은 문화콘텐츠의 향유, 비즈니스 기반의 확대 등과 같은 많은 편리함을 가져다 주었다. 하지만 스마트폰의 긍정적 측면 이면에는 과다 이용으로 인한 중독과 같은 부작용도 상존하고 있다.

스마트폰 이용자 가운데 10대나 20대 같은 젊은 층의 비율이 높다는 측면에서 스마트폰 중독에 대한 사회적 관심이 필요하다. 방송통신위원회의 조사에 따르면 2013년 말 현재 우리나라 스마트폰 이용자는 우리 국민의 약 70%인 약 3,751만명에 이르며, 연령대별로는 20대가 가장 높았다[1]. 스마트폰 중독은 스마트폰 이용자 10 중 7명이 스마트폰 중독 증세를 보이고 있는 것으로 나타났으며, 응답자의 67%가 특별한 이유가 없어도 스마트폰을 자주 확인하고, 34%는 스마트폰이 없거나 찾지 못해 불안감을 느낀 적이 있다고 응답하였다[2]. 또한 연령별로는 청소년의 중독률이 성인에 비해 2배 이상 높게 나타나[3] 스마트폰 중독이 사회적 문제로 떠오르고 있음을 짐작할 수 있다.

스마트폰 중독은 신체적 측면은 물론 정신적, 사회적 측면과 연관되어 있기 때문에 명확하게 정의하기는 쉽지 않다. 선행연구 결과를 보면 스마트폰 중독은 스마트폰을 과다 사용하므로써 일상생활에 지장을 초래하는 것으로 내성, 금단증상, 돌출행동, 감정변화, 갈망, 통제력 상실과 같은 다양한 임상조건이 나타날 수 있다[4]. 또한 스마트폰 중독이 높은 경우 타인을 통제하려고 독립성을 유지하지 못하고, 타인의 욕구에 지나치게 민감하며, 다른 사람에게 지나치게 관여하는 문제들을 가질 수 있다[5]. 그러나 스마트폰 중독과 대인관계의 연관성은 연구에 따라 다르게 나타나고 있다. 스마트폰 중독이 정신건강과 학교생활이라는 매개를 통해 대인관계에 영향을 미친다는 연구[6]와 스마트폰 중독

사용이 대인관계와 관계가 없다[7]는 연구가 모두 보고되고 있다.

대인관계와 관련하여 주목해야 할 스마트폰 활용 분야는 소셜네트워크서비스(Social Network Service, SNS)이다. 미래창조과학부의 2013년 인터넷 이용실태 조사에 따르면 SNS 이용자의 약 94%가 스마트폰을 통해 SNS를 이용하였다. 주목할 점은 2012년 동일 조사에 비해 개인용 컴퓨터를 통한 이용은 40%가 감소한 반면 스마트폰을 통한 SNS 이용은 32%가 증가하여 스마트폰이 SNS 이용의 주된 수단으로 부각되고 있다는 사실이다[3]. 이렇게 SNS 사용이 증가하면서 SNS가 대인관계에 미치는 영향에 대해서는 다양한 의견이 존재한다. SNS는 긍정적 온라인 관계를 형성할 수 있는 다양한 잠재적 요소들을 가지고 있고, 스마트폰을 사용할 경우 언제 어디서나 SNS 사용이 가능하여 컴퓨터를 사용하는 것 보다 쉽게 관계 형성이 이루어질 수 있다[8]는 주장이 있는 반면 온라인을 통해서는 심도 있는 대인관계 형성이 어렵다는 지적도 있다. 온라인상에서는 서로 악담을 주고받거나 비밀을 폭로하는 등 부정적 행동을 보이는 경우가 더 많았고[9], 사이버공간은 진정한 사회적 관계의 외형만을 갖는 것으로 사회적 결속을 약화시키는 문제점이 있다[10].

인간은 생존하기 위해 타인과의 교류가 필수적이며 타인과의 관계 속에서만 충족할 수 있는 욕구를 가지고 있다. 발달이론 측면에서 성인기 초기에 해당하는 대학생들은 친구, 동료, 가족 등 주변 사람들과의 친밀한 대인관계를 형성하는 것이 중요한 발달과제의 하나이다. 하지만 대학생의 경우 대학생회에서만 존재하는 독특한 대학 문화라는 공간에서 대인관계 및 적응에 어려움을 갖는 경우가 많다[11]. 또한 대학생 대부분은 스마트폰을 가장 많이 이용하는 연령대인 20대에 해당하고 있어 스마트폰으로 인한 대인관계 문제에 노출될 가능성이 높은 것도 사실이다.

그 동안의 관련 선행연구를 살펴보면 주로 스마트폰을 사용하는 청소년, 대학생, 성인들을 대상으로 사용실태를 조사하는 연구[2][3]와 스마트폰 사용이 정신건강이나 대인관계에 미치는 영향을 탐색하는 연구[5][7]가 주로 진행되었고 최근에는 구조방정식 모형을 활용하

여 스마트폰 중독 관련 요인을 파악하는 연구[6] 등도 이루어지고 있다. 그러나 앞서 언급한 바와 같이 스마트폰 사용이 대인관계에 미치는 영향에 대해서는 서로 상반되는 연구결과[6][7]가 보고되고 있어 이에 대한 추가 연구가 필요한 실정이다. 또한, 스마트폰을 통한 SNS 사용이 많은 대학생들의 경우 스마트폰의 과다 사용이 대인관계에 미치는 부정적 영향[5]과 SNS를 통한 온라인 관계형성이라는 긍정적 영향[8]이 모두 존재하는 것으로 논의되고 있으나 이 같은 연구문제는 많이 다루어지지 않았다. 따라서 본 연구에서는 대학생들의 스마트폰 중독정도를 조사하고, SNS를 주로 이용하는 대학생들, 즉 SNS 주 이용집단의 스마트폰 중독정도와 대인관계능력 사이의 관계를 파악하여 스마트폰의 건전한 이용과 중독 예방에 기여하고자 한다.

2. 연구 목적

본 연구의 목적은 대학생들의 스마트폰 이용행태, 그리고 스마트폰 중독정도와 대인관계능력 사이의 관계를 파악하는 것이며, 구체적 목적은 다음과 같다.

첫째, 대학생들의 스마트폰 이용행태와 스마트폰 중독정도를 파악한다.

둘째, SNS 주 이용집단의 스마트폰 이용행태에 따른 스마트폰 중독정도와 대인관계능력을 파악한다.

셋째, SNS 주 이용집단의 스마트폰 중독정도에 따른 대인관계능력을 파악한다.

넷째, SNS 주 이용집단에서 스마트폰 중독과 대인관계능력의 관계를 파악한다.

II. 연구방법

1. 연구설계

본 연구는 대학생들의 스마트폰 이용행태 및 SNS 주 이용집단의 스마트폰 중독정도와 대인관계능력 사이의 관계를 파악하기 위한 서술적 조사연구이다.

2. 연구대상

본 연구의 대상자는 S시, I시, D시, B시, U시, G시에

소재하는 대학 재학생들 중 스마트폰을 이용하고 있으며 본 연구에 참여하기로 동의한 학생들을 편의표출하였다. G*Power 프로그램을 이용하여 분산분석에 필요한 표본수를 효과크기 .20, 유의수준 .05, 검정력 .80, 집단수 6으로 산출한 결과 최소 330명이 요구되었다. 따라서 분석을 위한 전체 대상자 502명과 SNS 주 이용집단 415명은 충분한 크기인 것으로 나타났다.

3. 연구도구

3.1 스마트폰 중독

스마트폰은 음성과 문자 메시지 위주의 휴대폰에서 진화하여 휴대가 간편하면서도 개인용 컴퓨터의 인터넷, 게임, 온라인, 커뮤니티 기능 등을 포함하는 휴대폰 단말기를 말한다. 스마트폰 중독은 스마트폰에 지나치게 몰입한 나머지 스스로를 제어할 수 없는 상태를 의미한다[12].

스마트폰 중독은 한국정보화진흥원[14]에서 개발한 성인 스마트폰 중독 자가진단척도(Korean Smartphone Addiction Proneness Scale)로 측정하였다. 이 도구는 15문항의 4점 척도이며 하위영역은 일상생활장애, 가상세계지향성, 금단, 내성으로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 중독정도가 높음을 의미하며, 총점이 44점 이상이면 고위험 이용자군, 40~43점은 잠재적 위험 이용자군, 39점 이하는 일반 이용자군으로 분류된다. 개발 당시 Cronbach's α 는 .75이었고 본 연구에서는 .92이었다.

3.2 대인관계능력

대인관계능력은 사회적 상호작용의 결과로 나타나는 현상이며 일반적으로 두 사람 이상의 관계에서 발생한다. 한 개인이 타인과의 관계에 대해 어떻게 생각하며, 타인에 대해 어떤 행위를 하는가 또는 타인의 행동에 어떻게 반응하는가에 관련된 심리적 양식을 의미한다[13]. 본 연구에서 대인관계능력은 Buhrmester와 Furman, Wittenberg, Reis[15]가 개발하고 김창대와 김수임[16]이 번안한 대인관계능력검사지(Interpersonal Competence Questionnaire, ICQ)로 측정하였다. 이 도구는 총 40문항의 4점 척도이며 하위영역은 처음 관계 맺기, 타인에 대한 불쾌감 주장, 자기노출, 정서적 지지

및 조연, 대인갈등 다루기로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 대인관계능력이 좋음을 의미하며, 김창대와 김수임[16] 연구에서 도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha .82~.91이었고 본 연구에서는 .82이었다.

4. 자료수집 및 분석

4.1 자료수집

본 연구는 E대학교 생명윤리심의위원회의 승인(EU 2012-10)을 거쳐 수행되었다. 자료수집 전 조사원들에게 연구목적, 설명하고 조사방법을 훈련하였다. 연구대상자들에게는 연구목적, 익명성, 비밀보장, 자발적 참여 및 중단이 가능함을 알려주고, 자료는 연구목적으로만 활용될 것임을 설명한 후 동의서에 서명을 받았다. 자료 수집은 2012년 5월 24일부터 6월 20일까지 6개 지역 대학에 재학 중인 대학생 580명을 대상으로 설문조사를 실시하였으며, 이 가운데 응답이 누락되거나 불완전한 경우를 제외한 502부를 분석대상으로 하였다.

4.2 자료분석

자료는 SPSS 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적 특성과 스마트폰 중독정도는 실수와 백분율로 구하였다. SNS 주 이용집단의 스마트폰 이용행태에 따른 스마트폰 중독정도와 대인관계능력의 차이, 스마트폰 중독정도에 따른 대인관계능력의 차이는 χ^2 -test와 t-test, ANOVA로, 스마트폰 중독과 대인관계능력의 상관관계는 Pearson correlation coefficient로 분석하였다.

III. 연구결과

1. 대상자의 스마트폰 이용행태와 중독정도

대상자의 스마트폰 이용행태와 중독정도는 [표 1]과 같다. 대상자의 나이는 20.81±1.96세였으며, 54.4%는 여성이었다. 대상자의 82.7%(415명)가 스마트폰 기능 중 SNS를 가장 많이 이용한다고 응답한 반면 음성통화를 가장 많이 이용하는 대상자는 1%에 불과하였다.

대상자의 스마트폰 중독정도를 살펴보면 일반군은

75.9%, 중독군은 24.1%이었으며, 중독군을 위험정도에 따라 세분하면 고위험군은 8.4%, 잠재적위험군은 15.7%로 나타났다.

2. SNS 주 이용집단의 스마트폰 이용행태에 따른 스마트폰 중독정도

SNS 주 이용집단 즉, SNS를 스마트폰의 주 이용기능으로 응답한 대상자들은 전체 응답자 502명 가운데 415명이었다. SNS 주 이용집단의 경우 일반군은 75.2%, 중독군은 24.8%이었으며, 중독군 가운데 고위험군은 8.7%, 잠재적위험군은 16.1%로 이용자 전체에서 위험군이 차지하는 비율과 유사하게 나타났다[표 1].

표 1. 대상자의 스마트폰 이용행태와 중독정도

구분		빈도	(%)	
일반적 특성	성별 (n=502)	남 여	229 273	45.6 54.4
	주 이용기능 (n=502)	SNS	415	82.7
		정보검색	54	10.8
		게임 등 오락	17	3.4
		음악영화 감상	11	2.2
		음성통화	5	1.0
스마트폰 중독정도	전체 (n=502)	고위험군	42	8.4
		잠재적위험군	79	15.7
		일반군	381	75.9
	SNS 주 이용자 (n=415)	고위험군	36	8.7
		잠재적위험군	67	16.1
		일반군	312	75.2

SNS 주 이용집단의 스마트폰 이용행태에 따른 스마트폰 중독군과 일반군의 차이는 [표 2]와 같다. 중독군의 평균 연령은 20.23세로 일반군의 20.76세 보다 어렸으며(p=.009) 일반군은 여성의 비율이 55.1%로 남자가 대체로 비슷한 비율을 보였으나 중독군은 67.0%로 중독군의 여성 비율이 남성에 비해 높았다(p=.038).

스마트폰 이용시간을 기준으로 분류하였을 경우 중독군은 하루 이용시간이 3시간 이상인 비율이 78.7%로 다수를 차지하였으나 일반군에서는 3시간 미만의 비율이 54.8%로 중독군의 하루 사용시간이 더 많은 것으로 나타났다(p<.001). 스마트폰 이용 동기를 보면 중독군과 일반군 모두 커뮤니케이션을 위해서라고 응답한 비율이 가장 많았고(p=.032) 중독군이 일반군에 비해 이

용만족도(p=.024)와 SNS 하루 이용빈도가 많은 것으로 나타났다(p<.001).

표 2. SNS 주 이용집단의 스마트폰 이용행태에 따른 스마트폰 중독정도 (n=415)

구분	중독군(n=103)		일반군(n=312)		χ^2 / t (p)	
	n	(%)	n	(%)		
연령	M(SD)	20.23	1.67	20.76	1.97	-2.65 (.009)
성별 ^a	남	34	33.0	140	44.9	4.48 (.038)
	여	69	67.0	172	55.1	
요금제 ^a	무제한	62	60.2	170	54.5	1.02 (.360)
	비 무제한	41	39.8	142	45.5	
스마트폰 이용기간	1월 미만	0	0.0	6	1.9	6.51 (.259)
	1~3월 미만	8	7.8	25	8.0	
	3~6월 미만	13	12.6	58	18.6	
	6~12월 미만	36	35.0	78	25.0	
	1~2년 미만	37	35.9	114	36.5	
2년 이상	9	8.7	31	9.9		
하루이용 시간	1시간 미만	2	1.9	31	9.9	41.04 (.001)
	1~3시간 미만	20	19.4	140	44.9	
	3~6시간 미만	36	35.0	80	25.6	
	6~12시간 미만	23	22.3	38	12.2	
	12시간 이상	22	21.4	23	7.4	
이용동기	유행	24	23.3	63	20.2	10.54 (.032)
	정보검색	9	8.7	55	17.6	
	학업도움	5	4.9	5	1.6	
	커뮤니케이션	61	59.2	163	52.2	
	기타	4	3.9	26	8.3	
이용 만족도 ^a	만족	97	94.2	267	85.6	5.31 (.024)
	불만족	6	5.8	45	14.4	
SNS 1일 이용빈도	10회 이하	58	56.3	248	79.5	21.52 (.001)
	11~20회	21	20.4	31	9.9	
	21회 이상	24	23.3	33	10.6	

^aFisher's exact test

3. SNS 주 이용집단의 스마트폰 이용행태에 따른 대인관계능력

SNS 주 이용집단의 스마트폰 이용행태에 따른 대인관계능력은 [표 3]과 같다. SNS 주 이용집단의 연령은 20.63 ± 1.91세였으며, 대인관계능력은 남성이 평균 2.90점으로 여성의 2.85점 보다 유의하게 높았다(p=.026). 스마트폰 요금제 유형에 따라서는 무제한인 경우가 더 높게 나타났다(p=.014). 학업에 도움이 되어 스마트폰을 이용한 경우(p=.016)와 SNS 이용빈도가 11~20회인 경우(p=.005)에 대인관계능력이 가장 높았으며, 스마트폰 이용만족도에 따라서는 만족 집단이 불만족 집단보다 대인관계능력 점수가 더 높았다(p=.019).

표 3. SNS 주 이용집단의 스마트폰 이용행태에 따른 대인관계능력 (n=415)

구분		N	M	SD	t(p) scheffe
성별	남	174	2.90	0.26	2.23 (.026)
	여	241	2.85	0.23	
요금제	무제한	232	2.90	0.24	2.46 (.014)
	비 무제한	183	2.84	0.24	
이용기간	1월 미만	6	2.83	0.34	1.62 (.155)
	1~3월 미만	33	2.77	0.21	
	3~6월 미만	71	2.86	0.23	
	6월~1년 미만	114	2.87	0.27	
	1~2년 미만	151	2.90	0.23	
2년 이상	40	2.90	0.19		
하루 이용시간	1시간 미만	33	2.82	0.23	.51 (.731)
	1~3시간 미만	160	2.87	0.25	
	3~6시간 미만	116	2.89	0.24	
	6~12시간 미만	61	2.88	0.27	
	12시간 이상	45	2.88	0.21	
이용동기	유행 ^a	103	2.83	0.26	3.08 (.016) c)e
	정보검색 ^b	63	2.93	0.26	
	학업도움 ^c	10	2.99	0.17	
	커뮤니케이션 ^d	231	2.87	0.23	
	기타 ^e	8	2.72	0.22	
이용 만족도	만족	364	2.88	0.24	2.36 (.019)
	불만족	51	2.80	0.27	
SNS 1일 이용빈도	10회 이하 ^a	306	2.86	0.24	5.305 (.005) a,c,b
	11~20회 ^b	52	2.97	0.20	
	21회 이상 ^c	57	2.87	0.24	

4. SNS 주 이용집단의 스마트폰 중독정도에 따른 대인관계능력

SNS 주 이용집단에서 스마트폰 중독정도에 따른 대인관계능력은 [표 4]와 같다. 중독군과 일반군 사이의 대인관계능력에는 유의한 차이가 없었다. 그러나 대인관계능력의 하위영역 중 자기노출 능력은 중독군이 2.96점으로 일반군 2.87점 보다 유의하게 높게 나타났다(p<.05).

표 4. SNS 주 이용집단의 스마트폰 중독정도에 따른 대인관계능력 (n=415)

구분	중독군(n=103)		일반군(n=312)		t
	M	SD	M	SD	
대인관계능력	2.89	0.21	2.87	0.25	.64
- 처음 관계 맺기	2.90	0.45	2.81	0.46	1.69
- 타인에 대한 불쾌감 주장	2.77	0.45	2.82	0.42	-1.08
- 자기노출	2.96	0.31	2.87	0.34	2.61*
- 정서적 지지 및 조언	2.93	0.27	2.93	0.30	.19
- 대인갈등 다루기	2.86	0.30	2.91	0.29	-1.55

*p<.05

5. SNS 주 이용집단의 스마트폰 중독정도와 대인관계능력의 상관관계

SNS 주 이용집단에서 스마트폰 중독정도와 대인관계능력 사이에 유의한 상관관계는 없었다[표 5]. 그러나 스마트폰 중독정도는 대인관계능력 하위영역 중 대인갈등 다루기 능력($p < .05$)과 역 상관관계가 있었다. 대인관계능력은 스마트폰 중독 하위영역 중 가상세계지향성($p < .001$)과 역 상관관계가 있었다.

표 5. SNS 주 이용집단의 스마트폰 중독과 대인관계능력의 상관관계 (n=415)

구분	스마트폰 중독	일상생활 장애	가상세계 지향성	금단	내성
대인관계능력	-.039	.008	-.187**	-.087	.037
- 처음 관계 맺기	.071	.100*	-.028	.013	.106*
- 타인에 대한 불쾌감 주장	-.086	-.059	-.129*	-.085	-.061
- 자기노출	.058	.096*	-.088	.019	.090
- 정서적 지지 및 조언	-.073	-.032	-.218**	-.124*	.026
- 대인갈등 다루기	-.140*	-.114*	-.224**	-.155*	-.053

* $p < .05$, ** $p < .001$

IV. 논의

본 연구에서는 전국 6개 지역의 대학에 재학 중인 대학생들의 스마트폰 중독정도를 파악하고 대상자들 가운데 SNS 주 이용집단의 스마트폰 중독과 대인관계능력간의 관계를 분석하였다.

대학생들이 가장 많이 이용하는 스마트폰 서비스는 SNS(82.7%)로 나타났다. 이는 만 12세 이상에서 59세 까지 스마트폰 이용자를 대상으로 한 조사[2]에서 47.5%가 SNS 이용경험이 있다는 응답과 비교할 때 대학생들이 SNS를 많이 이용하고 있음을 알 수 있다.

대상자들을 스마트폰 중독 위험군 기준에 따라 분류하면 고위험군이 8.4%, 잠재적 위험군이 15.7%로 나타났다. SNS 주 이용집단만을 대상으로 할 경우 고위험군은 8.7%, 잠재적 위험군은 16.1%였다. 이는 동일한 도구를 이용하여 성인을 대상으로 스마트폰 중독정도를 조사한 연구[14]에서 고위험군이 1%, 잠재적 위험군이 6.7%로 두 집단을 합한 중독군이 7.7%였던 것과 비

교하면 대학생들에서 중독군의 비율이 높음을 알 수 있다. 우리나라 국민의 70%가 스마트폰을 이용하고 있다는 점과 스마트폰 사용자 가운데 10대나 20대의 비율이 높다는 점을 고려하면 앞으로 스마트폰 중독 고위험군과 잠재적 위험군이 더 증가할 가능성이 있어 이에 대한 사회적 관심과 대응이 필요할 것으로 보인다.

SNS 주 이용집단에서 중독군의 평균 연령이 더 어렸고, 여성의 비율이 더 높게 나타났는데 이는 선행연구들과[7][12][17] 유사한 결과이다. 대학생들의 휴대폰 이용 동기를 분석한 연구[18]에서 어린 여학생이 대인관계적 동기를 충족하려는 충동이 더 강하다는 결과는 중독군에 여성의 비율이 높은 현상을 지지해 준다. 따라서 대인관계에서 성별 차이가 스마트폰 중독 과정에 미치는 영향을 파악하는 추후 연구가 이루어져야 할 것이다.

스마트폰 하루 이용시간이 3시간 이상인 경우, SNS 이용빈도가 11회 이상인 경우 중독군의 비율이 일반군에 비해 많아지는 것으로 나타났다. 이는 휴대폰 이용량이 많을수록 휴대폰 중독정도가 높다는 연구[19]와 잠재위험사용자군의 40%가 스마트폰 사용으로 인해 인터넷 이용시간이 늘었다고 응답한 연구[20]와 유사한 결과로서 스마트폰의 지속적인 반복이용이 중독을 초래할 수 있음을 지지하는 결과이다.

SNS 주 이용집단의 대인관계능력은 성별, 요금제 유형, 이용동기, 만족도, SNS 하루 이용 빈도에 따라 차이가 있었다. 본 연구에서는 SNS 주 이용집단 가운데 남학생이 여학생보다 더 높은 대인관계능력을 보였다. 그러나 대인관계에 관한 선행연구에서 성별에 따른 대인관계능력이 차이가 없게 나타난 연구[21]와 남성이 높게 나타난 연구[22], 그리고 여성이 높게 나타난 연구[23] 등 연구결과가 다양하게 나타난 점을 고려할 때 성별에 따른 대인관계능력의 차이에 대해서는 추가 연구가 필요할 것으로 판단된다.

SNS 하루 이용 빈도가 10회 이하 그리고 21회 이상인 집단보다 11회~20회인 집단의 대인관계능력이 더 높았으며, SNS 주 이용집단에서 중독군과 일반군 사이의 대인관계능력에는 차이가 없었으나 하위영역 가운데 자기노출 능력은 중독군이 일반군보다 유의하게 높게 나타났다. 이러한 결과는 SNS 이용 후 대인관계 변

화에 유의미한 긍정적 영향이 있었고[24], 스마트폰의 정상적인 이용은 대학생들의 면대면 커뮤니케이션을 향상시키지만, 스마트폰 중독에 취약한 대상자들의 경우 오히려 커뮤니케이션이 감소될 수 있다는 연구[25]와 유사한 결과이다. 또한, 청소년에서 스마트폰 사용시간이 사회성 발달에 정적인 영향을 미친 것으로 나타난 연구[26]나 SNS 활동이 지나칠 때는 오프라인에서의 대인관계에 부정적인 영향을 미칠 수 있으나 SNS 같은 온라인에서의 적극적 자기표현이 타인과의 관계에서 외연을 확대하고 기존의 관계를 유지 및 향상시킬 수 있다는 연구[24]와도 동일한 맥락으로 이해할 수 있다.

따라서 SNS는 타인과의 소통을 증진하는 특성을 가지므로 온라인 네트워크 형성에 유리하고 온라인 커뮤니케이션의 장벽을 낮추어 대인관계 발달이 촉진되는 것[27]과 SNS 사용빈도에 따라 대인관계능력이 증진되는 것을 고려하면 정상적 범위 내에서의 스마트폰 사용은 대인관계능력을 증진하는 효과가 있는 것으로 해석할 수 있다. 이에 따라 스마트폰 중독 예방 및 교육 프로그램이나 중독 사용 진단 애플리케이션 등과 같이 스마트폰 정상적 사용을 유도할 수 있는 프로그램이나 도구가 개발된다면 스마트폰의 긍정적 기능을 보다 증진할 수 있을 것이다.

V. 결론 및 제언

본 연구는 대학생들의 스마트폰 중독정도를 파악하고, 이들 가운데 스마트폰을 통해 SNS를 주로 이용하는 대상자들의 스마트폰 중독과 대인관계능력을 검증하기 위해 시도되었다.

연구 대상자 502명 가운데 스마트폰 중독군은 24.1%였고, 스마트폰에서 가장 많이 이용하는 서비스는 SNS였다. SNS 이용자 가운데 스마트폰 중독집단과 일반집단 사이의 대인관계능력은 차이가 없었으나 하위영역 가운데 자기노출 능력은 중독집단이 일반집단 보다 높았다. 그리고 가상세계지향성이 높을수록 대인관계능력이 낮았고, 스마트폰 중독정도가 높을수록 대인갈등 다루기 능력이 낮게 나타났다.

이상의 결과를 토대로 대학생들의 스마트폰 사용과 관련하여 다음과 같은 사항을 제언한다.

첫째, 스마트폰 보급이 확대되면서 대학생들의 스마트폰 사용이 증가하고 있어 대학생들은 스마트폰 중독과 같은 부작용에도 쉽게 노출될 수 있다. 본 연구에서 대학생 스마트폰 이용자의 약 24%가 중독군으로 분류되어 스마트폰 중독에 대한 사회적 관심과 대책이 필요하다. 특히, 대부분의 대학생들은 스마트폰 이용비용이 가장 높은 20대에 속하기 때문에 대학 차원에서 학생들의 스마트폰 중독을 예방하고 치유하기 위한 프로그램의 개발 및 운영을 검토할 필요가 있다.

둘째, 스마트폰 이용 시간이나 빈도가 많을수록 중독군의 비율이 높아지는 경향을 보이기 때문에 스마트폰 이용자 스스로 자신의 스마트폰 사용정도를 점검할 수 있는 스마트폰 애플리케이션과 같은 자가 진단 도구를 개발할 필요가 있다.

셋째, 스마트폰을 중독적으로 사용하는 것은 방지할 필요가 있으나 스마트폰 이용 자체를 부정적인 행위로 단정할 필요는 없다. 대학생들은 스마트폰을 활용하여 SNS를 가장 많이 이용하는 것으로 나타났으나 적당한 수준에서 SNS를 활용하는 것은 대인관계 능력을 높이는 긍정적 효과를 가지고 있기 때문이다. 본 연구에서도 SNS 사용빈도가 적거나 많은 집단에 비해 중간인 집단의 대인관계 능력이 높았다. 이는 스마트폰의 정상적 이용은 대학생들의 면대면 의사소통을 향상시키고 온라인 네트워크 형성을 편리하게 하여 대인관계 발달을 촉진할 수 있기 때문이다. 따라서 대학생들에게 적절한 스마트폰 이용시간을 제시하고, 올바른 스마트폰 이용태도를 가지도록 국가와 대학이 협력하여 교육 및 중재프로그램을 개발하고 운영할 필요가 있다.

본 연구는 SNS를 주로 사용하는 대학생들에서 스마트폰 중독이 대인관계에 미치는 영향을 조사 분석하고 대응 방안을 제시하였다는 측면에서 의의가 있다. 하지만 연구가 일부 지역 대학생들만을 대상으로 하였고 대상자의 개인적 특성에 대한 분석이 제한되어 연구결과를 일반화하는데 주의가 필요하며, 스마트폰 중독을 예방하고 치유하기 위한 중재프로그램에 대해서는 추가 연구가 필요하다.

참고 문헌

- [1] 한국정보화진흥원, 2013 국가정보화백서, 2013.
- [2] 방송통신위원회, 한국인터넷진흥원, 2012년 하반기 스마트폰이용실태조사, 2013.
- [3] 미래창조과학부, 한국정보화진흥원, 2013년 인터넷이용실태조사 요약보고서, 2013.
- [4] H. Lee, H. Ahn, S. Choi, and W. Choi, "The SAMS: Smartphone Addiction Management System and Verification," *Journal of Medical Systems*, Vol.38, No.1, 2014.
- [5] 한가희, *남녀대학생의 스마트폰 중독과 대인관계: 인지적 및 정서적 공감능력의 조절효과*, 강원대학교 대학원, 석사학위논문, 2013.
- [6] 최현석, 이현경, 하정철, "스마트폰중독이 정신건강, 학교생활, 대인관계에 미치는 영향 - K대 대학생을 중심으로", *한국데이터정보과학회지*, 제23권, 제5호, pp.1005-1015, 2012.
- [7] 황경혜, 유양숙, 조옥희, "대학생의 스마트폰 중독 사용 정도에 따른 상지통증, 불안, 우울 및 대인관계", *한국콘텐츠학회논문지*, 제12권, 제10호, pp.365-375, 2012.
- [8] 김민정, *스마트 폰에서의 SNS 사용이 온라인, 오프라인 관계 형성에 미치는 영향에 관한 연구: 트위터를 중심으로*, 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문, 2011.
- [9] V. J. Dubrovsky, S. Kiesler, and B. N. Sethna, "The Equalization Phenomenon: Status Effects in Computer-Mediated and Face-to-Face Decision-Making Groups," *Human - Computer Interaction*, Vol.6, No.2, pp.119-146, 1991.
- [10] J. McClellan, "Netsurfers," *The Observer*, 1994, February, Retrieved March 3, 2014 from <http://www.well.com/~hhr/texts/VCcivil.html>.
- [11] 이춘희, *내현적 자기애와 진로미결정이 학교생활적응에 미치는 영향*, 가톨릭대학교 상담심리대학원, 석사학위논문, 2007.
- [12] 박용민, *성인들의 스마트폰 중독과 정신건강에 관한 연구*, 상지대학교 평화안보·상담심리 대학원, 석사학위논문, 2011.
- [13] 최명구, 신은영, "청소년의 자아구조와 대인관계 문제와의 관계 연구", *한국교육심리학회*, 제17권, 제4호, pp.1-17, 2003.
- [14] 한국정보화진흥원, *스마트폰중독 진단척도 개발 연구*, 가람문화사, 2011.
- [15] D. Buhrmester, W. Furman, M. T. Wittenberg, and H. T. Reis, "Five Domains of Interpersonal Competence in Peer Relationships," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.55, No.6, pp.991-1008, 1988.
- [16] 김창대, 김수임, "대인관계능력 향상을 위한 집단상담프로그램의 효과연구", *학생연구*, 제35권, 제1호, pp.83-95, 1999.
- [17] 한국정보문화진흥원, *2007년도 인터넷 중독 실태조사*, 2007.
- [18] I. Zafar, "Gender differences in mobile phone use : what communication motives does it gratify?," *European Journal of Scientific Research*, Vol.46, No.4, pp.510-522, 2010.
- [19] J. Lee, "A study on dispositional mobile phone use motives, mobile phone addiction, and mobile phone verbal bullying of adolescents: What a focus on middle and high school students in Seoul and Gyeonggi," *Journal of Communication Science*, Vol.11, pp.365-401, 2011.
- [20] 서보경, "성인 인터넷중독 및 스마트폰 이용 특성", *한국콘텐츠학회논문지*, 제14권, 제1호, pp.305-317, 2014.
- [21] S. E. Snodgrass, "Women's Intuition: The effects of subordinate role on interpersonal sensitivity," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.49, pp.146-155, 1985.
- [22] J. G. Hollandsworth and K. E. Walls, "Sex differences in assertive behavior: An empirical investigation," *Journal of Counseling Psychology*, Vol.24, pp.217-222, 1977.

- [23] D. Buhrmester, W. Furman, M. T. Wittenberg, and H. T. Reis, "Five domains of interpersonal competence in peer relationships," *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.55, No.6, pp.991-1008, 1988.
- [24] 한상연, 마은정, 홍대순, 김은영, 박주현, 이인성, 김진우, "SNS사용을 통한 자기표현이 대인관계 및 삶의 질에 미치는 영향분석 연구 : 개인 커뮤니케이션 능력의 조절효과를 중심으로", *정보시스템연구*, 제22권, 제1호, pp.29-64, 2013.
- [25] B. M. Casey, *Linking Psychological Attributes to Smart Phone Addiction, Face-to-Face Communication, Present Absence and Social Capital*, Master Thesis, The Chinese University of Hong Kong, 2012.
- [26] 김병년, "청소년의 스마트폰 중독이 사회성 발달에 미치는 영향", *한국콘텐츠학회논문지*, 제13권, 제4호, pp.208-217, 2013.
- [27] N. B. Ellison, C. Lampe, and C. Steinfield, "Social network sites and society: current trends and future possibilities," *Interactions*, Vol.16, No.1, pp.6-9, 2009.

권민아(Min-A Kwon)

준회원



- 2014년 2월 : 을지대학교 간호대학(간호학사)
- 2014년 : 강남성심병원 간호사(대기)

<관심분야> : 간호교육, 의사소통, 성인간호

백민주(Min-Ju Baek)

준회원



- 2014년 2월 : 을지대학교 간호대학(간호학사)
- 2014년 4월 ~ 현재 : 세브란스병원 간호사

<관심분야> : 성인간호, 건강증진, 심리상담

한나라(Na-Ra Han)

준회원



- 2014년 2월 : 을지대학교 간호대학(간호학사)
- 2014년 4월 ~ 현재 : 세브란스병원 간호사

<관심분야> : 성인간호, 의사소통, 심리상담

저자소개

박순주(Soonjoo Park)

정회원



- 2001년 8월 : 연세대학교 대학원(간호학박사)
- 2011년 3월 ~ 현재 : 을지대학교 간호대학 조교수

<관심분야> : 건강증진, 자기관리, 간호교육, 의사소통